# 日立IHジャー炊飯器保証書 持込修理

保証期間内に取扱説明書、本体ラベル等の注意書きにしたがって正常な使用状態で使用していて故障した場合には、本書記載内容にもとづきお買い上げの販売店が無料修理いたします。
お買い上げの日から下記の期間内に故障した場合は、商品と本書をお持ちいただき、お買い上げの販売店に修理をご依頼ください。

| ※型名 | | ※ お 買 い 上 げ 日 | 保 証 期 間 |
|---|---|---|---|
| | | 平成 年 月 日 | 本 体：1 年 |
| ※お客様 | ご住所 | 〒 | |
| | ご芳名 | 様 | |
| ※販売店 | 住 所 | | |
| | 店 名 | 電話 | |

※印欄に記入のない場合は無効となりますから必ずご確認ください。

1.保証期間内でも次のような場合には有料修理となります。
(イ)使用上の誤り、または改造や不当な修理による故障または損傷。
(ロ)お買い上げ後の落下、引っ越し、輸送等による故障または損傷。
(ハ)火災、地震、水害、落雷、その他の天災地変、公害や異常電圧による故障または損傷。
(ニ)車両、船舶にとう載して使用された場合に生じた故障または損傷。
(ホ)業務用に使用されて生じた故障または損傷。
(ヘ)本書のご提示がない場合。
(ト)本書にお買い上げ年月日、お客様名、販売店名の記入のない場合、あるいは字句を書き換えられた場合。
2.この商品について出張修理をご希望の場合には、出張に要する実費を申し受けます。
3.ご転居の場合は事前にお買い上げの販売店にご相談ください。
4.贈答品等で本書に記入してあるお買い上げの販売店に修理をご依頼になれない場合には別紙の日立家電品ご相談窓口一覧表をご覧のうえ、お近くの窓口にご相談ください。
5.本書は再発行いたしませんので紛失しないよう大切に保存してください。
6.本書は日本国内においてのみ有効です。Effective only in Japan.

●この保証書は本書に明示した期間、条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。したがってこの保証書によってお客様の法律上の権利を制限するものではありませんので、保証期間経過後の修理等についてご不明の場合は、お買い上げの販売店または別紙の日立家電品ご相談窓口一覧表の窓口にお問い合わせください。
●保証期間経過後の修理、補修用性能部品の保有期間について詳しくは、取扱説明書をご覧ください。

修理メモ


株式会社 日立製作所
〒105 東京都港区西新橋2−15−12 電話 (03)3502−2111

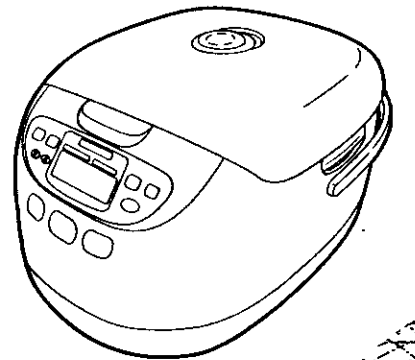

NH211296-01 9708 (DC・明)

HITACHI

日立IHジャー炊飯器

# 取扱説明書・料理集

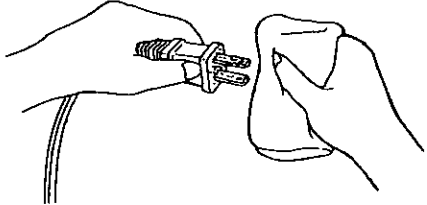
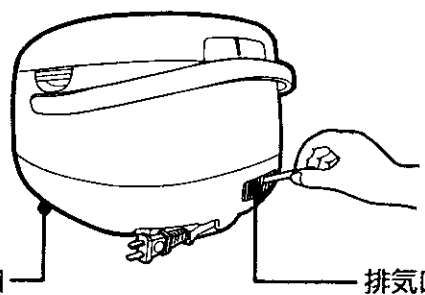
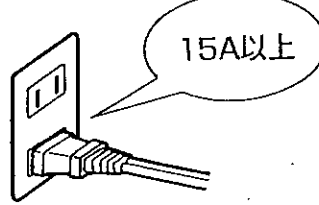
〈保証書付〉裏表紙についています

RZ-BW10R形
RZ-BW18R形
家庭用

## も く じ



この取扱説明書をよくお読みになり、正しくご使用ください。お読みになったあとはご相談窓口一覧表とともに大切に保存してください。

# 安全のため必ずお守りください

● ここに示した注意事項は、危害や損害を未然に防止するために重要な内容ですので、必ず守ってください。

⚠警告　人が死亡または重傷を負う可能性が想定される内容。

⚠注意　人が傷害を負う可能性及び物的損害のみの発生が想定される内容。

**絵表示の例**

 ⊘記号は、「禁止」(しないでください)を示します。

 ●記号は、「強制」(必ずしてください)を示します。

## ⚠ 警 告

**改造はしない**
**修理技術者以外の人は、絶対に分解したり修理をしない**
火災・感電・けがの原因
修理はお買い上げの販売店または日立家電品のお客様ご相談窓口にご相談ください

**吸排気口やすき間にピンや針金などの金属物等、異物を入れない**
感電や異常動作によるけがの原因

**子供だけで使用させたり、幼児の手の届くところで使用しない**
感電・やけど・けがの原因

**コードやプラグが傷んでいたり、コンセントの差し込みがゆるいときは使用しない**
感電・ショート・発火の原因

**交流100V以外の電源は使用しない**
感電・火災の原因

**プラグの刃や刃の取付部分にほこりが付着している場合はよく拭く**
火災の原因

**定格15A以上のコンセントを単独で使用する**
他の器具と併用すると分岐コンセント部の異常発熱による発火の原因

**コードを傷つけたり、破損させたり、加工したり、無理に曲げたり、引っ張ったり、ねじったり、たばねたり、重いものをのせたり、はさみ込んだりしない**
感電・火災の原因

**水につけたり、水をかけたりしない**
感電・ショートの原因



## ⚠ 注 意

**水のかかるところや、火気の近くでは使用しない**
感電・漏電の原因

**不安定な場所や熱に弱い敷物の上では使用しない**
火災の原因

**専用の内がま以外は使用しない**
過熱・異常動作の原因

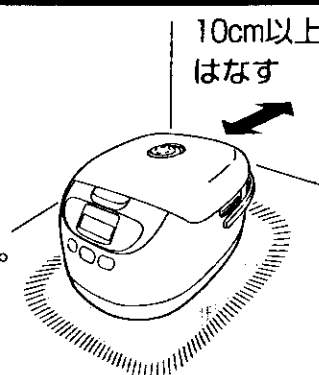
**蒸気口に手をふれない**
やけどの原因
特に乳幼児にはふれさせない

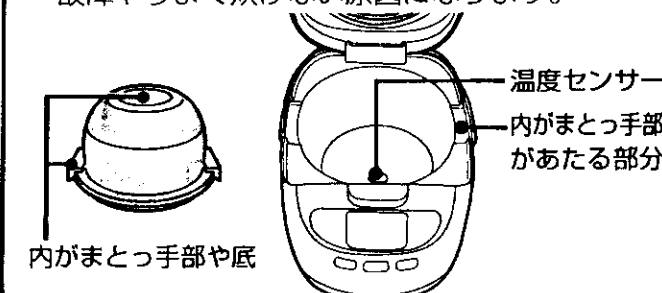
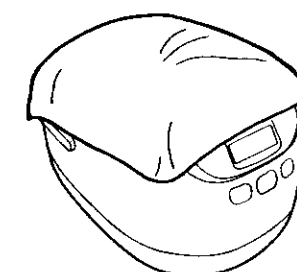
**使用時以外は、プラグをコンセントから抜く**
絶縁劣化による感電・漏電による火災・やけど・けがの原因

**心臓用のペースメーカーをご使用の場合は、本製品の使用にあたっては、医師とよくご相談ください**
本製品の動作がペースメーカーに影響を与えることがあるため

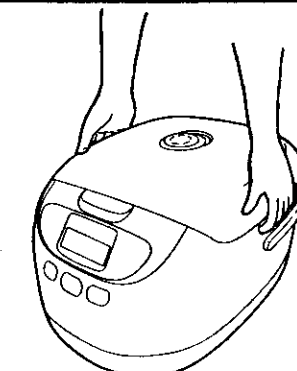
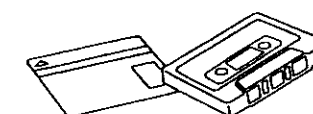
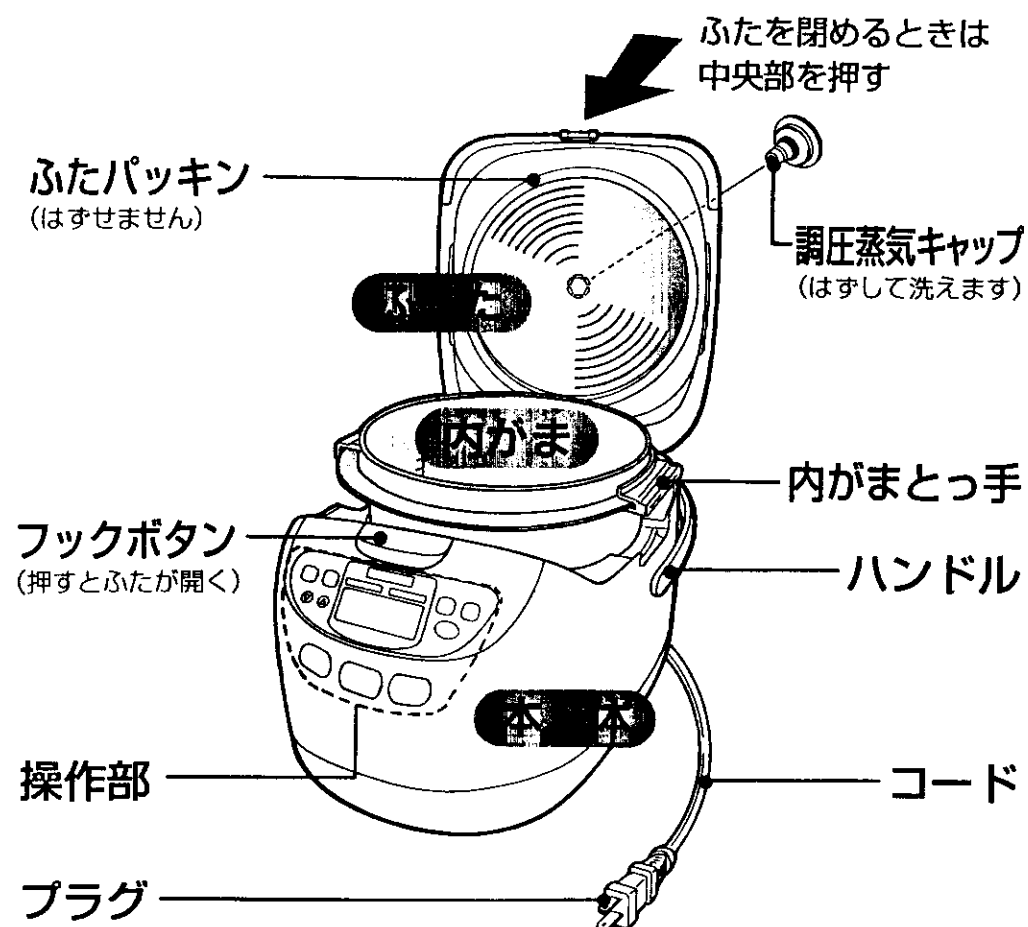
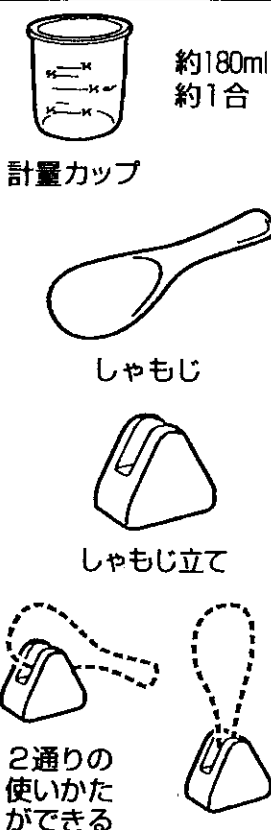
**プラグを抜くときは、コードを持たずに必ずプラグ部分を持って引き抜く**
感電・ショート・発火の原因

**コードを巻き取るときは、プラグを持っておこなう**
コードがあたってけがの原因

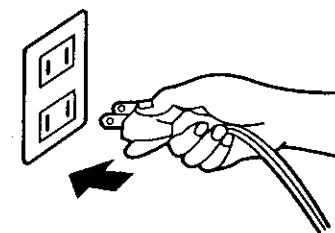
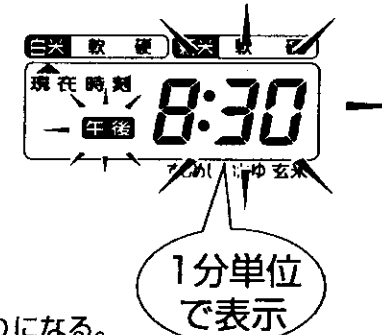
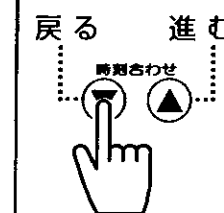
● 吸排気口をふさぐような場所(壁から10cm以内、じゅうたんやビニール袋などの上)で使用しないでください。
故障の原因になります。



● 異物がついたまま使わないでください。
故障やうまく炊けない原因になります。

● ふきんをかけて使わないでください。
変色・変形・故障の原因になります。

● 炊飯・保温直後は内がまとっ手や調圧蒸気キャップが熱くなっていますので、十分ご注意ください。
やけどの原因になります。

● 内がまを直火にかけないでください。
内がまとっ手が変形したり、フッ素被膜がはがれる原因になります。

● 内がまとっ手に手をかけて本体を持ったり、運んだりしないでください。
ふたのフックがはずれた場合、本体落下によるけがや故障の原因になります。

● 磁気に弱いものを近づけないでください。
キャッシュカード・自動改札用定期券・カセットテープなどの記憶が消える恐れがあります。
またテレビ・ラジオ・インターホン・コードレス電話の雑音の原因となる恐れがあります。

# 各部のなまえ

# 時計の合わせかた

例: 現在午後8時30分で
表示は午後8時27分の場合

●時計合わせは、予約·炊飯·保温·浸しの作動中にはできません。

## 4 キーから手を離す

(最後に操作してから)5秒後にピッと鳴って自動的に点滅が止まり、時計合わせ完了

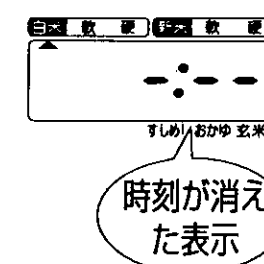
**この炊飯器には……**

プラグを抜いたままでも時計を動かし、予約時刻を記憶し続ける長寿命リチウム電池が入っています。プラグを差し込んでいるときは、電池が消耗しません。

**電池が消耗してくると……**

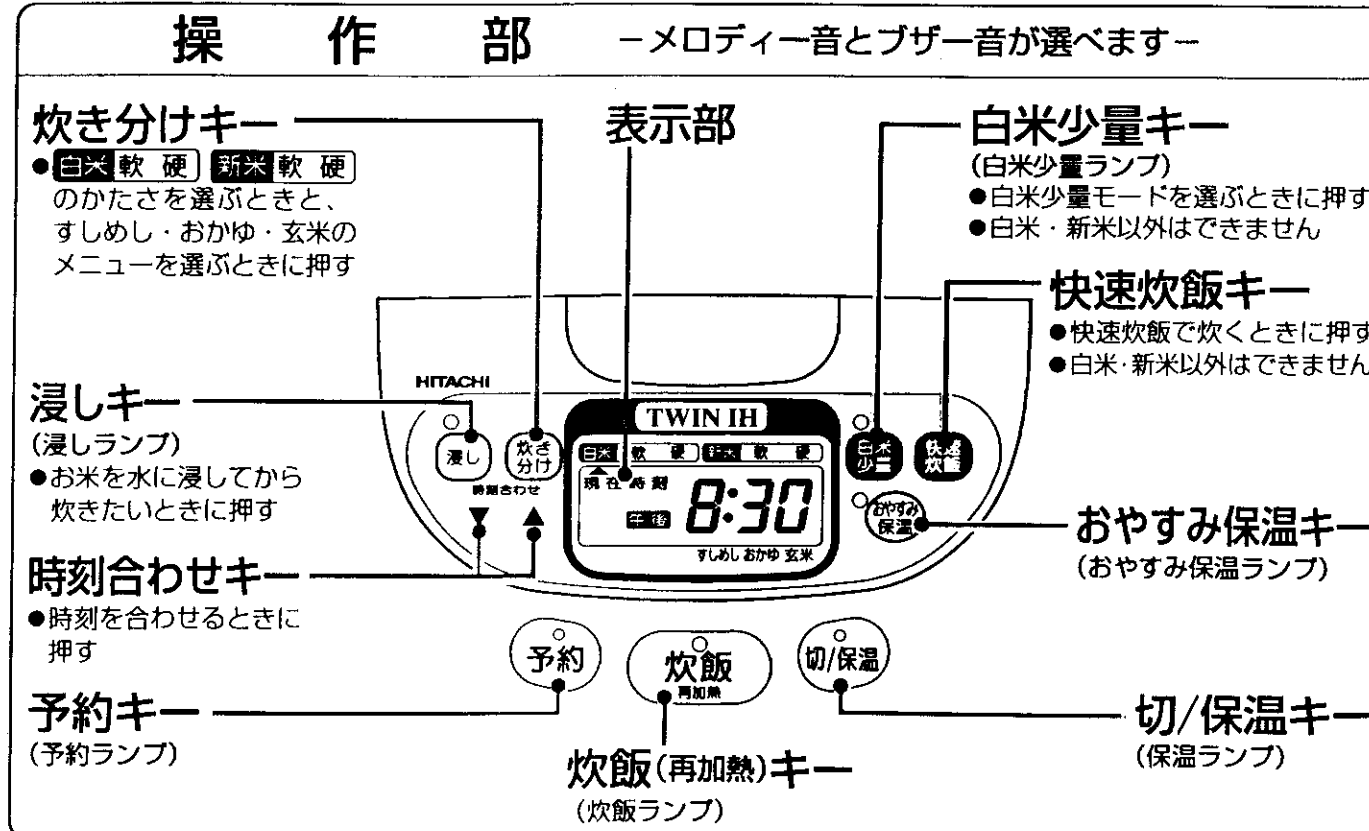
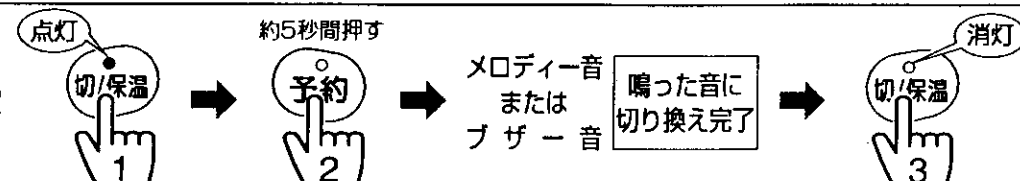
プラグを抜いたとき、現在時刻·予約時刻の記憶がなくなり、時刻の表示も消えます。再びプラグを差し込むと、炊飯・保温・浸しはできますが、時計を合わせないと予約ができません。早めに電池の交換をご依頼ください。

**電池の交換は……**

電池は制御基板に取り付けられた専用部品です。交換時は分解による交換が必要となりますので、お買い上げの販売店にご依頼ください。

**電池を取り換えたら、時計を合わせる……**

予約時刻は、午前6:00と午後6:00の時刻に戻ります。

時計は工場出荷時から動いていますが、室温により1ヵ月に約120秒遅れることがあります。
ずれているときは、例を参考にして合わせてください。

# メロディーとブザーの切り換えかた

# 音で確認できる時刻合わせ操作について

時計の時刻合わせ・予約の時刻合わせの操作は音で確認できる操作方法に切り換えることができます。これは特に目の不自由な方に向いた機能です。

## 音で確認できる操作の選びかた

工場出荷時は通常の操作方法に設定されています。

●内がまをセットした状態でおこなってください。

| | |
|---|---|
| 1 切/保温キーを押す | ピッと鳴って保温になる |
| 2 (炊き分け)キーを約5秒間押す | ブザーが短く8回鳴る |
| 3 切/保温キーを押す | 低い音でピッと鳴って保温が切れる |

通常の操作方法に戻すときも同じ方法です。このとき2の操作時のブザーは1回だけ鳴ります。

● 時刻合わせ操作は一度切り換えるとプラグを抜いても記憶しています。

● 時刻合わせ操作の切り換えをすると、炊き分けは「白米のふつうのかたさ」・白米少量モードは「標準」・[予約1]の時刻は「午前6:00」・[予約2]の時刻は「午後6:00」・浸しの時間は「30分」の初期設定状態になります。



「音で確認できる時刻合わせ操作」を選んだときは次の操作方法に変わります。

## 時計の合わせかた

時計の時刻にズレがあると、予約タイマーの時刻にもズレが生じます。それ以外の機能には影響がありません。

●時計合わせは、「切」の状態のとき(炊飯・保温・予約・浸し等をしていないとき)におこなってください。

| | |
|---|---|
| 1 「時」合わせの設定にする | ▼ ▲ キーを2つ同時に押す。<br>ピッと鳴って「時」合わせの設定になる。 |
| 2 「時」を合わせる | ▼ または ▲ キーで「時」を合わせる。<br>「時」は ▲ キーで1時間進み、▼ キーで1時間戻ります。▼ および ▲ キーを押し続けても早送りにならず、押すごとにピッと音がします。午前0:00のときは少し音が高くなり、午後0:00のときは2回鳴ります。 |
| 3 「分」合わせの設定にする | (炊き分け) キーを押す。<br>ピッと鳴って「分」合わせの設定になる。 |
| 4 「分」を合わせる | ▼ または ▲ キーで「分」を合わせる。<br>「分」は ▲ キーで1分進み、▼ キーで1分戻ります。▼ および ▲ キーを押し続けても早送りにならず、押すごとにピッと音がします。00分のときだけ2回鳴ります。 |
| 5 「時」「分」合わせを終了する | (炊き分け) キーを押す。<br>ピッと鳴って時計合わせが終了する。 |

「時」「分」合わせ中に(おやすみ保温キー)を0.5秒以上押すと、ピッピッとブザーが2回鳴って、午後0:00に戻ります。この機能を使うと、正午に時刻合わせすれば「時」「分」を合わせる必要がありません。

## 予約時刻の合わせかた

基本操作は10ページ、11ページの「タイマーの使いかた」と同じです。

以下が通常と異なります。

●記憶している時刻を変えるとき、▼ ▲ キーを押し続けても早送りになりません。押すごとにピッと音がして10分単位で合わせることができます。

●00分のとき、ブザーの音が高くなります。

●(おやすみ保温)キーを0.5秒以上押すとピッピッと2回ブザーが鳴って[予約1]を表示しているときは[予約1]を「午前6:00」に、[予約2]を表示しているときは[予約2]を「午後6:00」の初期状態に戻すことができます。

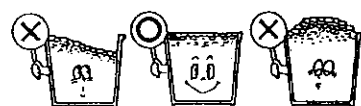
# ごはんの炊きかた/白米・胚芽米・炊込み・おこわ

## 例 白米の場合（3カップのお米を炊くとき）

### 1 お米をはかって洗う

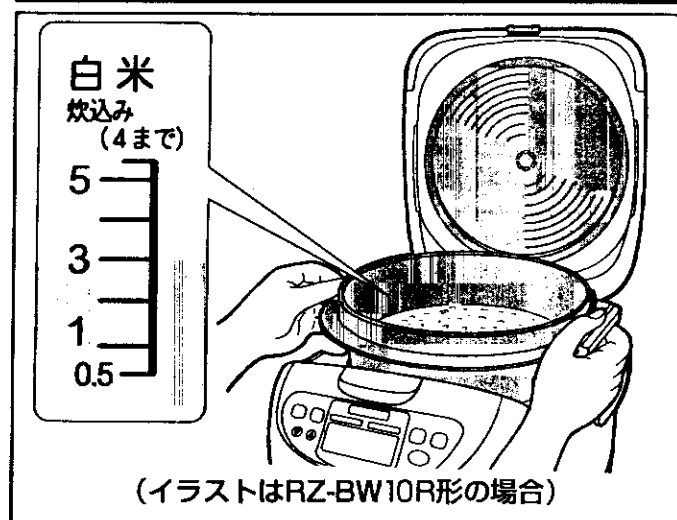
- 付属の計量カップでお米をすりきりで3杯はかる。
- たっぷりの水でサッとかき混ぜ、水を素早く捨て、水がきれいになるまで手早く洗う。

（洗米が不十分なときは、強めのおこげができます）

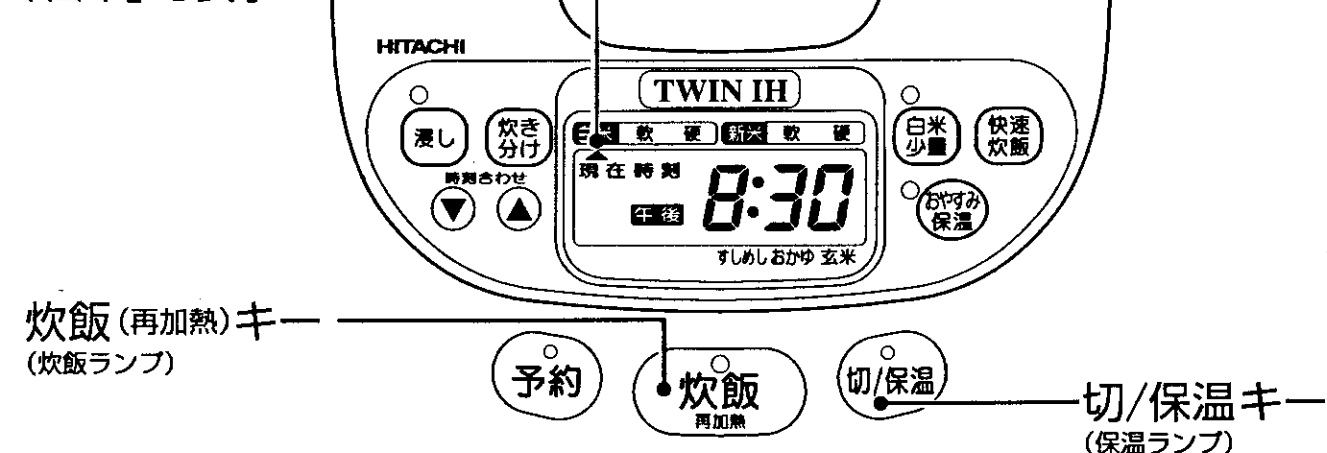
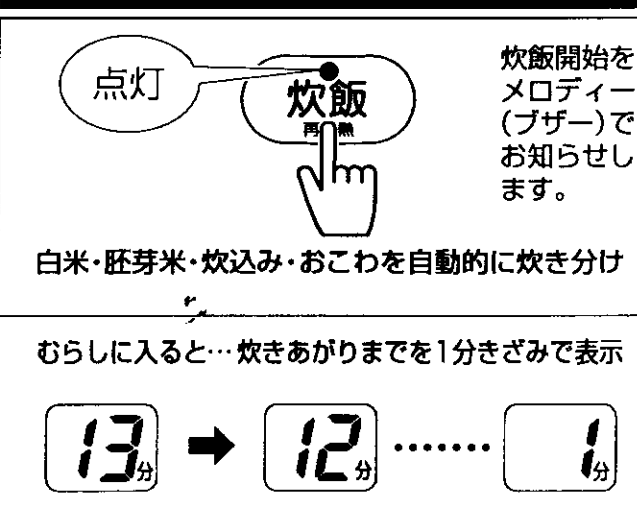
- すりきり1杯が約180ml（約1合）です。

〈お願い〉

- 泡立て器などを使わないで必ず手で洗ってください。
- 胚芽米・炊込み・おこわは炊飯容量が白米とは異なります。18ページの炊飯容量をご確認ください。
- 白米の最少炊飯量（RZ-BW10R：0.5カップ、RZ-BW18R：1カップ）を炊くときは、必ず白米少量モード（14ページ参照）で炊いてください。（焦げ・ふきこぼれの原因）

### 2 水加減し、内がまをセットする

（イラストはRZ-BW10R形の場合）

- 平らなところで、白米「3」の水位目盛りまで水を入れ、お米を水平にならして、内がまを本体にセットする。

〈お願い〉

- お米を水平にならさないと、炊きむらが出ることがあります。特に少量炊飯のときは注意してください。
- 内がまのまわり、底の水気をふきとってください。
- 調圧蒸気キャップがついているか確かめてください。
- ふたは「カチッ」と音がするまで確実に閉めてください。

### 3 プラグを差し込み 炊飯キーを押す

白米・胚芽米・炊込み・おこわを自動的に炊き分け

むらしに入ると…炊きあがりまでを1分きざみで表示

13分 → 12分 …… 1分

- 工場出荷時は「白米」（ふつうのかたさ）になっています。
- 内がまが入っていないとブザーが鳴り、炊飯・保温に入りません。

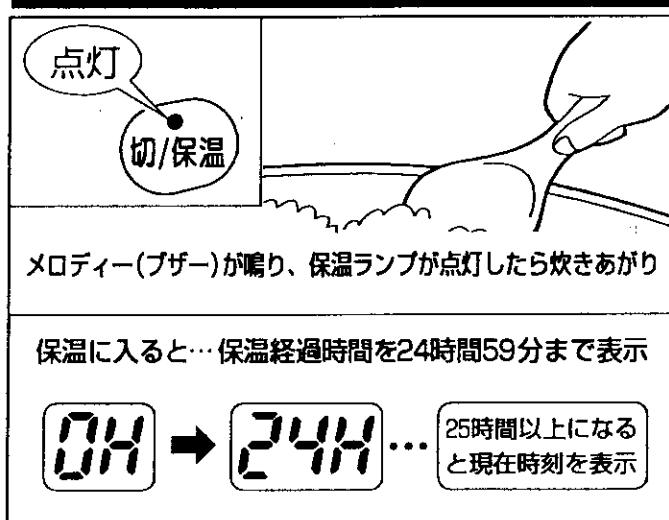
〈お願い〉

- 胚芽米は、「（白米）軟」（やわらかめ）を選んで（13ページ参照）炊いてください。
- 胚芽米・炊込み・おこわのときは、快速炊飯・白米少量モードでは炊かないでください。

### 4 メロディー（ブザー）が鳴ったら ごはんをほぐす

メロディー（ブザー）が鳴り、保温ランプが点灯したら炊きあがり

保温に入ると…保温経過時間を24時間59分まで表示

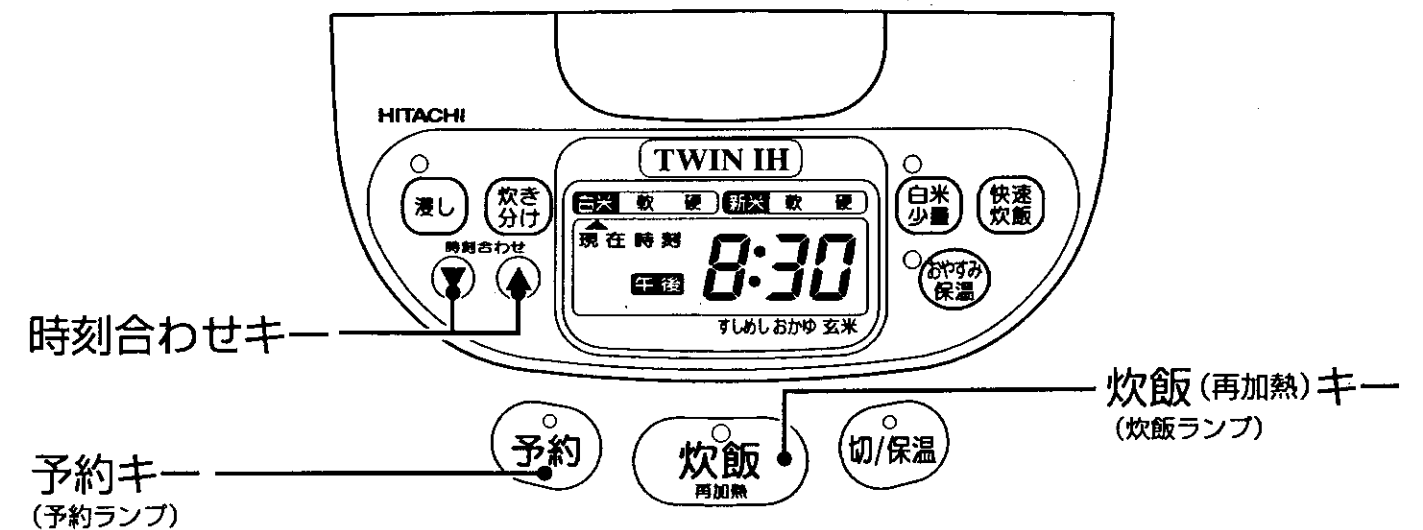
0H → 24H … 25時間以上になると現在時刻を表示

- できるだけ早く（30分以内に）ごはんをほぐす。
- ごはんは全体をよくほぐさないとべとついたり固まったりします。

使用後は……  キーを押してプラグを抜く。

- 保温中は、つゆがふたの内側、ふたパッキン・内がまにつきますが、ごはんの乾燥を防ぐためで故障ではありません。
- 炊きあがったごはんの中央部がややくぼんで見えることがあります。これはIH加熱の特徴で、内がま自体が発熱してごはんをつつみ込んで炊きあげるためです。
- 保温中に（炊飯）キーを押すと、ごはんを温める再加熱をします。（17ページ参照）

〈お願い〉

- 24時間以上の保温はしないでください。においや変色の原因になります。

# 「食べたい時刻」を予約して炊くとき

## 初めてお使いになるときは……あらかじめ2通りの予約時刻が記憶されています。

午前6時に炊きあげたいときは①の表示の次に、午後6時に炊きあげたいときは②の表示の次に（炊飯）キーを押す。
ブザーが鳴り「予約ランプ」が点灯……予約完了

- 内がまが入っていないとブザーが鳴り、予約することができません。
- [予約1] [予約2] で予約完了時のブザーが異なります。
- （予約）キーを押しただけで（炊飯）キーを押さずにおくと、約10分後に表示されている予約が自動的にスタートします。

| 予約できない時間（すぐに炊飯を始める） | | |
|---|---|---|
| 白米 | （ふ つ う） | 58分以内 |
| | 軟（やわらかめ） | 1時間4分以内 |
| | 硬（か た め） | 53分以内 |
| 新米 | （ふ つ う） | 56分以内 |
| | 軟（やわらかめ） | 1時間2分以内 |
| | 硬（か た め） | 52分以内 |
| す し め し | | 1時間3分以内 |
| お か ゆ | | 1時間20分以内 |
| 玄 米 | | 1時間25分以内 |

- 水温、室温、電圧、炊飯量、水加減などにより、炊きあがりは予約した時刻より多少早くなったり、遅くなったりすることがあります。
- 快速炊飯は予約できません。
- 予約の使えないメニュー
  具や調味料の入るもの、炊込み、おこわ、具がゆ、胚芽米は具がいたんだり、調味料が沈殿してうまく炊けません。

〈お願い〉
- 予約は、12時間以内を目安にしてください。
  最長24時間までですが、長時間お米を水に浸しておくと、ごはんが変質することがありますのでご注意ください。

## 食べたい時刻を予約して炊く　例 [予約1] に午前7:30を予約する場合

●炊き分けを選んでから予約時刻をセットする。

### 1 [予約1] を選ぶ

### 2 時刻を合わせる

- 時刻は10分単位で合わせられます。押し続けると早送りになります。

### 3 炊飯キーを押す

ブザーが鳴り「予約ランプ」が点灯…予約完了

- [予約2]に予約するときも同じ要領です。

## 一度記憶させた予約時刻で炊く

### 1 予約キーを押す

### 2 炊飯キーを押す

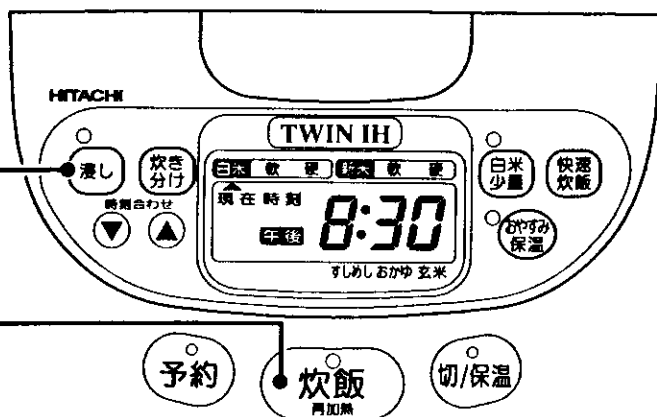
ブザーが鳴り「予約ランプ」が点灯…予約完了

一度記憶させた予約時刻は、（切/保温）キーを押しても、プラグを抜いても覚えています。（予約時刻を変更するまで覚えています）

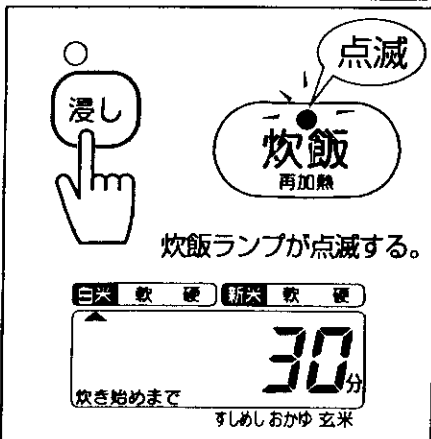
### 予約の変更・取消し

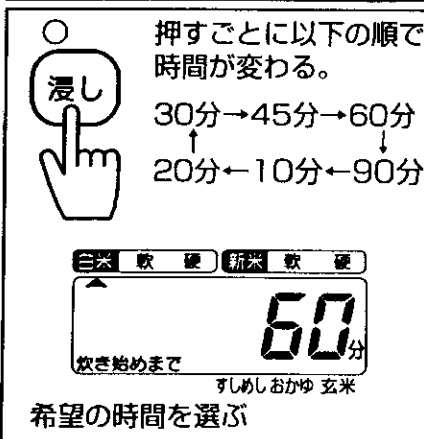
予約完了後に、予約時刻を変更するときは、（切/保温）キーを押してから予約し直してください。

# お米を浸して炊くとき

「何分浸してから炊飯を始めるか」をセットできる機能です。

**お米を水に浸す時間(炊き始めるまでの時間)をセットして炊く　例 60分浸してから炊く場合**

●水加減し内がまを本体にセットし、炊き分けを選んでから浸す時間をセットする。

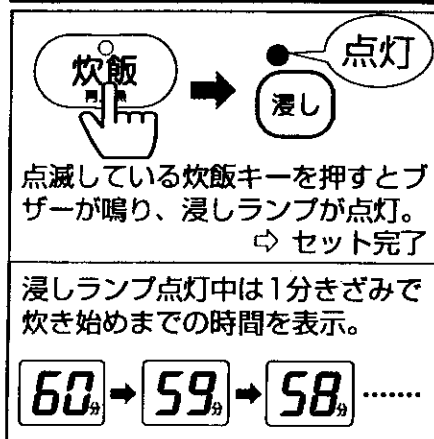
## 1 浸しキーを押す

- 浸す時間は前回お使いの時間が記憶されています。
- 初めてお使いのときは30分が記憶されています。

## 2 浸す時間を合わせる

- 10分･20分･30分･45分･60分･90分以外は合わせられません。

## 3 炊飯キーを押す

点滅している炊飯キーを押すとブザーが鳴り、浸しランプが点灯。

⇨ セット完了

浸しランプ点灯中は1分きざみで炊き始めまでの時間を表示。

- 最後に1分を1分間表示した後、現在時刻に切り換わり、炊飯を始めます。

---

- 快速炊飯では浸しキーは使えません。
- 具や調味料の入るもの、炊込み、おこわ、具がゆは、調味料が沈殿してうまく炊けないことがあります。

**お米を浸すのは……**

- お米は水に浸して米粒の中心まで水を吸わせてから炊くことが大事なポイントです。お米を洗ってすぐ炊飯した場合でも予熱を行なって自動的に吸水させていますが、浸しキーをお使いになると、より均一に水を吸わせることができます。
- お米に十分に水を吸わせるには、目安として夏は30分以上、冬は60分以上のセットをおすすめします。



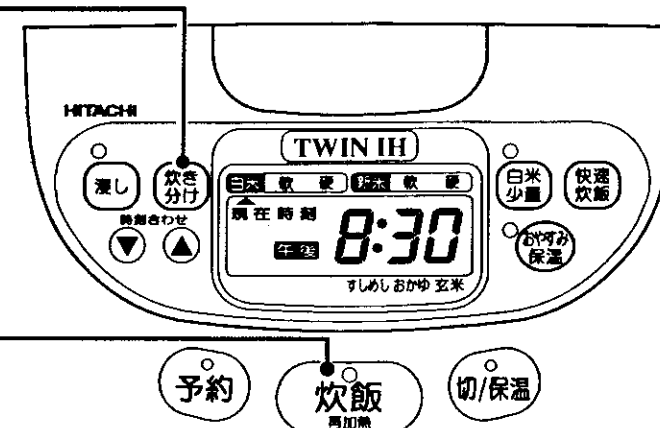
# 白米のかたさを選んで炊くとき

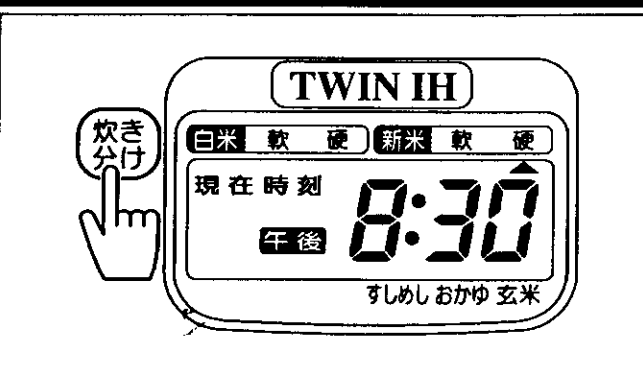
炊き分けキー

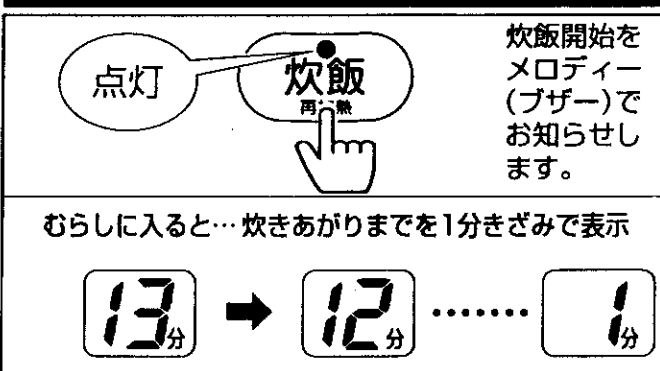
押すごとに順次▲の位置が変わる

(白米のかたさ〔白米(ふつう)、軟(やわらかめ)、硬(かため)〕と新米のかたさ〔新米(ふつう)、軟(やわらかめ)、硬(かため)〕と、すしめし、おかゆ、玄米が選べます。)

炊飯(再加熱)キー

(炊飯ランプ)

**例「(新米)硬」を選んで炊く場合**

## 1 炊き分けキーで「(新米)硬」を選ぶ

- 炊きたいかたさの位置に(▲)が表示されているか確認してください。
- 一度かたさを選んで炊くと、次回もそのかたさを記憶しています。(すしめし・おかゆ・玄米を選んだときは、次回は「白米」に戻ります。)

## 2 炊飯キーを押す

- メロディー(ブザー)が鳴り「保温ランプ」が点灯したら、炊きあがり。
- 炊き分けで、お好みのかたさにならないときは、水加減を調節してください。

---

炊き分けキーで

**白米 または 新米 のかたさを選ぶ**

白米：新米の時期を過ぎてもふっくら炊きあげます。(年明けから新米がでるまで)

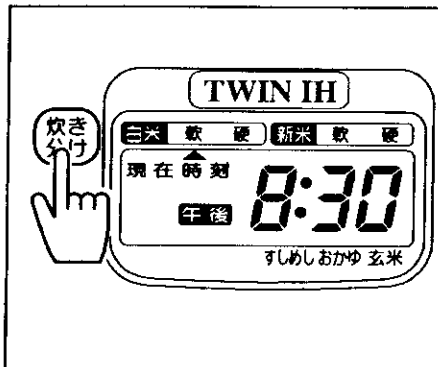
新米：新米の水っぽさをおさえしゃっきり炊きあげます。(新米がでてから年末まで)

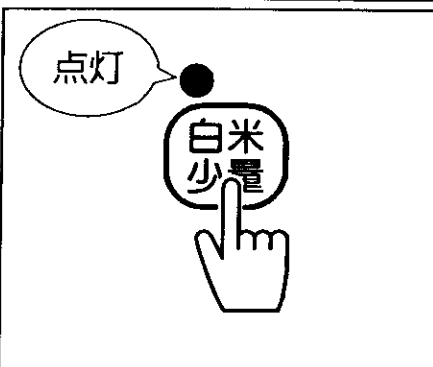
「白米」または「新米」の位置に(▲)が表示されているときはふつうのかたさの場合を表します。

「白米」または「新米」の枠の中の「軟」はやわらかめ、「硬」はかためめの場合を表します。

# 白米少量を炊くとき

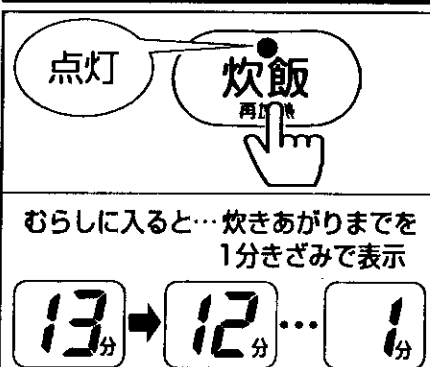
## 例「(白米)軟」を、白米少量モードにして炊く場合

### 1 炊きわけキーで「(白米)軟」を選ぶ

●炊きたいかたさの位置に(▲)が表示されているか確認してください。

### 2 白米少量キーを押す

● 白米少量ランプの点灯を確認してください。
● 白米少量モードでも、炊きあがるまでの時間は標準モードとほぼ同じです。
● 炊き分けが 白米 軟 硬 新米 軟 硬 のいずれかのときにだけ使えます。

### 3 炊飯キーを押す

むらしに入ると…炊きあがりまでを1分きざみで表示

13分 ➡ 12分 … 1分

● メロディー(ブザー)が鳴り「保温ランプ」が点灯したら、炊きあがり。
● 白米少量モードを選ぶと、次回もそのモードを記憶しています。

白米少量キーで

**標準又は白米少量を選ぶ(白米少量キーを押すごとに、標準と白米少量のモードが切り換わります)**

標準モードです。
主に中量～満量を炊くご家庭や炊く量が一定でないご家庭に向くモードです。

(点灯) 少量用のモード(白米少量モード)です。
少量炊いたときの、ベチャッとした水っぽさやこげを少なくおさえます。ふだん少量しか炊かないご家庭に向くモードです。最少炊飯量を炊くときは、必ずこのモードにします。胚芽米・炊込み・おこわのときは使わないでください。

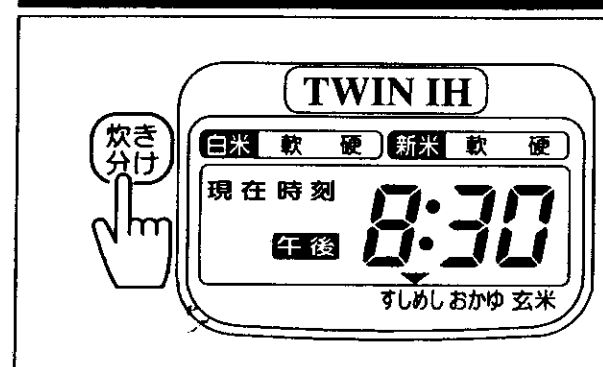
白米少量モード選択の目安

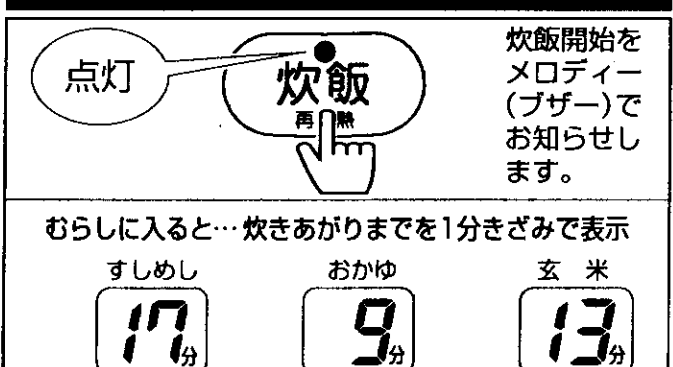
| | 白米少量モードの炊飯量 |
|---|---|
| RZ-BW10R形 | 0.5～2カップ |
| RZ-BW18R形 | 1～3カップ |

# すしめし・おかゆ・玄米・分づき米を炊くとき

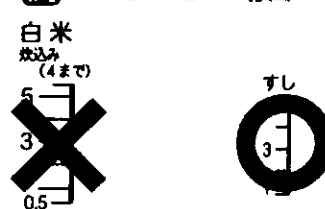
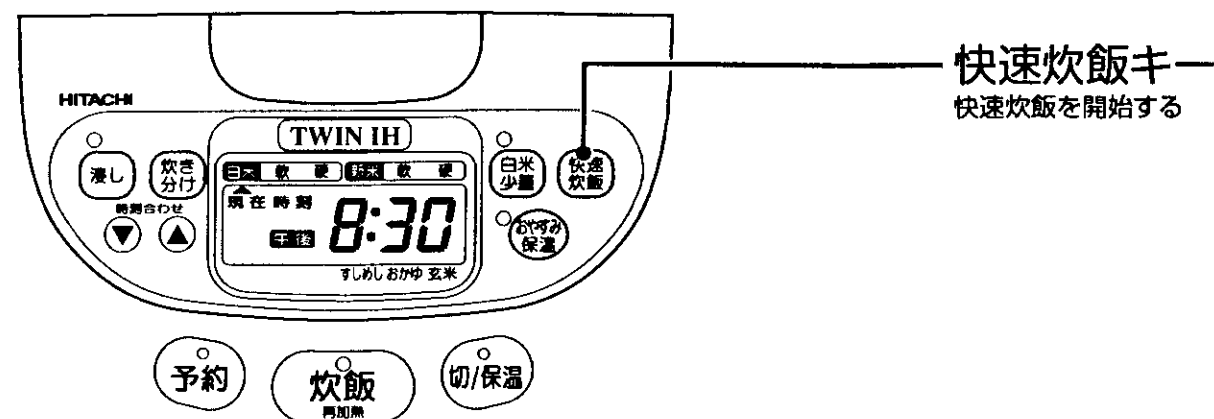
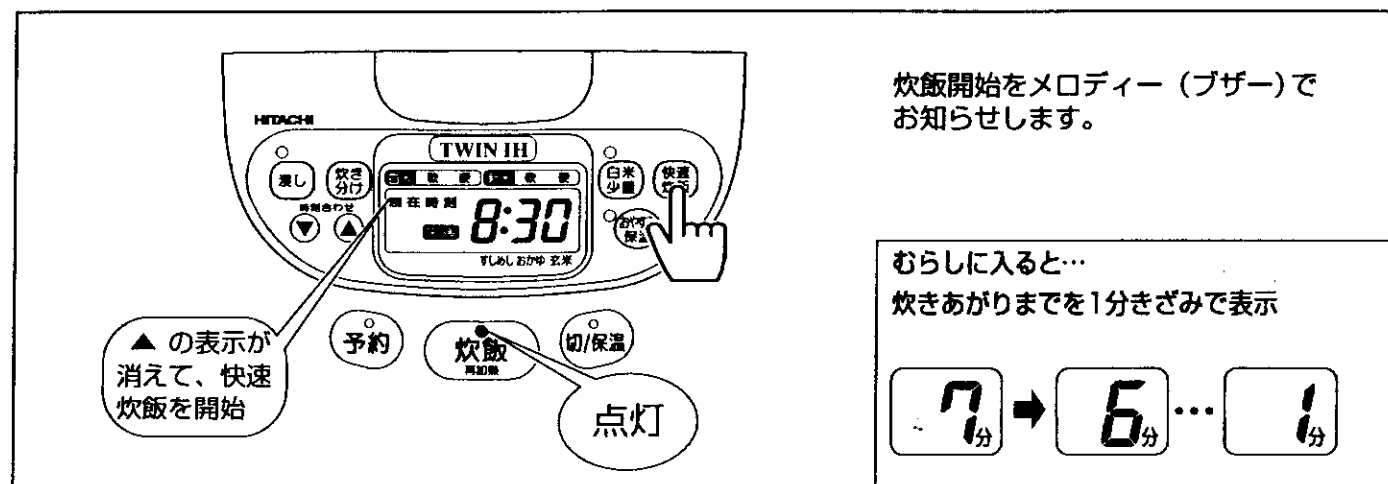
**分づき米とは**
白米(精白米)と玄米の間の精米度合のお米です。

## 例「すしめし」を選んで炊く場合

### 1 炊き分けキーで「すしめし」を選ぶ

● 炊きたいメニューの位置に(▲)が表示しているか確認してください。

### 2 炊飯キーを押す

● メロディー(ブザー)が鳴り「保温ランプ」が点灯したら、炊きあがり。

●「すしめし」「おかゆ」「玄米」を選んだ場合、次回は「白米」に戻ります。

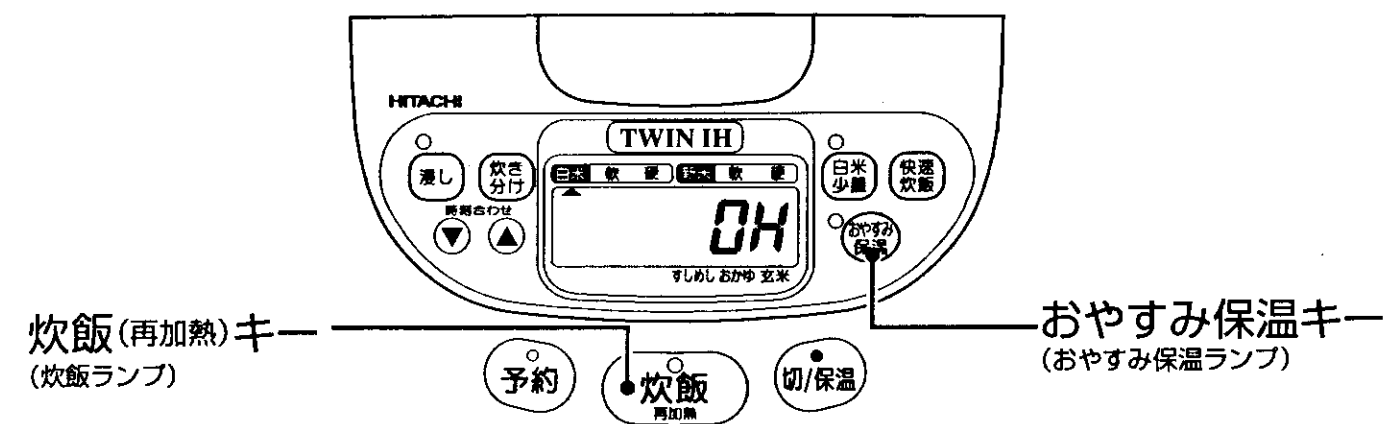
〈お願い〉
● おかゆは時間がたつとのり状になりますので、早めにお召しあがりください。
● 分づき米は、7分づき(白米に近い状態)は炊き分けを白米の「軟」にして、5分づき・3分づき(玄米に近い状態)は「玄米」を選んで炊いてください。

# 快速炊飯で炊くとき

## 1 快速炊飯キーを押す

● （炊飯）キーを押す必要はありません。

● メロディー（ブザー）が鳴り「保温ランプ」が点灯したら、炊きあがり。

● 予約、浸しのセットはできません。
● 洗米後、しばらく浸してから炊くと炊きあがりがよくなります。
● 白米 軟 硬 新米 軟 硬 で炊いた方が炊きあがりはよくなります。急いで炊きたい場合にご使用ください。

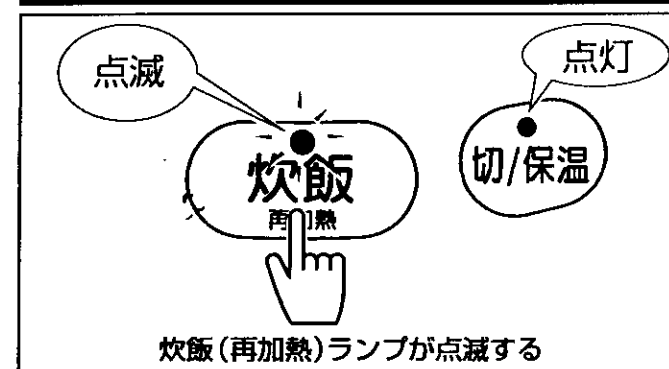
〈お願い〉
● 白米以外は炊かないでください。
● 最少炊飯量（RZ-BW10R：0.5カップ、RZ-BW18R：1カップ）は、快速炊飯で炊かないでください。かためになったり、ふきこぼれたりすることがあります。



# 保温中のごはんの再加熱とおやすみ保温

## 保温中のごはんの再加熱

保温中のごはんを加熱して温める機能です。

### 保温中に炊飯（再加熱）キーを押す

炊飯（再加熱）ランプが点滅する

● メロディー（ブザー）が鳴って、炊飯ランプが消えたら再加熱完了です。（約6分で終了します）
● おやすみ保温中に押すと、おやすみ保温が解除されます。

● ごはんの量が多いときは、温まりにくくなります。「白米」の水位目盛り3以下を目安にしてください。
● 何度も再加熱すると、ごはんが乾燥したり、焦げたりすることがあります。
● 途中で再加熱を止めるときは（切/保温）キーを押します。保温も切れるので再び（切/保温）キーで保温にしてください。

〈お願い〉
● 冷めたごはんの温めなおしはしないでください。

## おやすみ保温

約7時間保温の温度を下げ、ごはんの乾燥をおさえます。

### 保温中におやすみ保温キーを押す

おやすみ保温ランプが点灯する

● おやすみ保温が終了するとランプは消えます。

● おやすみ保温中は、つゆがふたの内側、ふたパッキン、内がまにつきますが、ごはんの乾燥を防ぐためで故障ではありません。

# 炊飯容量と炊きあがるまでの時間の目安(分)

## 白米(標準モード)・すしめし・快速炊飯

| 形名 | 炊飯容量(カップ数) | 白米 白米(ふつう) | 白米 軟(やわらかめ) | 白米 硬(かため) | 新米 新米(ふつう) | 新米 軟(やわらかめ) | 新米 硬(かため) | すしめし | 快速炊飯 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| RZ-BW10R | 1～5.5 | 40～49 | 45～55 | 35～46 | 40～48 | 43～51 | 36～44 | 44～55 | 22～35 |
| RZ-BW18R | 2～10 | 40～54 | 51～59 | 34～46 | 40～52 | 47～57 | 35～47 | 44～54 | 23～38 |

## 白米(少量モード)

| 形名 | 炊飯容量(カップ数) | 白米 白米(ふつう) | 白米 軟(やわらかめ) | 白米 硬(かため) | 新米 新米(ふつう) | 新米 軟(やわらかめ) | 新米 硬(かため) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| RZ-BW10R | 0.5～2 | 42～44 | 43～46 | 36～38 | 41～43 | 42～45 | 35～37 |
| RZ-BW18R | 1～3 | 43～46 | 50～54 | 34～38 | 42～45 | 48～52 | 34～37 |

## 炊込み・おこわ・胚芽米・玄米・おかゆ

| 形名 | 炊飯容量(カップ数) | 炊込み | おこわ | 胚芽米(白米軟) | 玄米 | 全がゆ 米の量 | 全がゆ | 5分がゆ 米の量 | 5分がゆ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| RZ-BW10R | 1～4 | 44～53 | 38～45 | 53～59 | 65～85 | 0.5～2 | 59～85 | 0.5～1 | 64～85 |
| RZ-BW18R | 2～7 | | | 51～59 | | 1～3 | | 0.5～1.5 | |

●電圧100V・室温20℃・水温18℃の場合。
●炊飯時間は、電圧・室温・水温・水加減・お米の種類などにより変わります。
●表中の炊飯容量(カップ数)は、それぞれの形名で炊飯できる最少と最大の容量を示します。

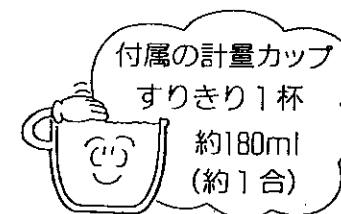
# 仕様

| 形名 | | RZ-BW10R | RZ-BW18R |
|---|---|---|---|
| 炊飯容量 | | 0.09L(0.5合)～1.0L(5.5合) | 0.18L(1合)～1.8L(1升) |
| 電源 | | 交流100V | |
| 定格周波数 | | 50/60Hz共用 | |
| 消費電力 | 炊飯時 | 1070W | 1280W |
| | 保温時(平均) | 35W | 45W |
| コードの長さ | | 1.0m | |
| 大きさ | 幅 | 26.3cm | 30.0cm |
| | 奥行 | 36.3cm | 40.0cm |
| | 高さ | 22.6cm | 24.8cm |
| 質量(重さ) | | 約4.2kg | 約5.1kg |

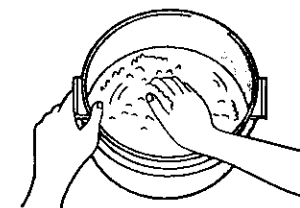
※保温時(平均)の電力は、1時間あたりの保温消費電力です。(室温20℃の場合)
※「切」の状態での1時間あたりの消費電力は4Wです。



# おいしく食べるひとくふう

## お米は正しくはかる

計量米びつは扱いかたによってお米の量が異なることがあります。
また計量表示の量が，付属の計量カップ(約1合)の量と異なる場合がありますのでよくご確認ください。

## 洗米は手早く十分に

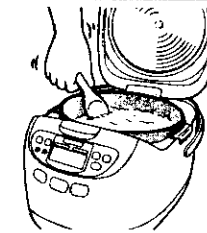
洗米は最初の水をいち早く吸収します。ヌカのにおいがつかないように最初の水は手早く捨てましょう。
水がきれいになるまで十分に洗いましょう。

## 炊き分けと水加減

●〔白米(ふつう)・軟・硬〕〔新米(ふつう)・軟・硬〕のかたさを選べます。お好みに合わせてお選びください。
●炊き分けでもお好みのかたさにならないときや、白米以外のメニューはお好みに合わせて水加減してください。内がまの水位目盛りは標準の水加減です。

| お米の種類 | 炊き分け | 水加減 |
|---|---|---|
| 軟質米 | 白米 | 白米の目盛りどおり |
| 新米 | 新米 | |
| 硬質米 | (白米)軟 | |
| 麦まぜ米 | | |
| 胚芽米 | | |
| 分づき米(7分づき) | | |
| 長粒種(輸入米) | | 1カップあたり白米の目盛りより約30ml多め |
| ブレンド米 | | 白米の目盛りどおり |
| 古米 | | 白米の目盛りよりやや多め |
| 玄米 | 玄米 | 玄米の目盛りどおり |
| 分づき米(5分・3分づき) | | 白米と玄米の目盛りの間でお好みに合わせて調整 |

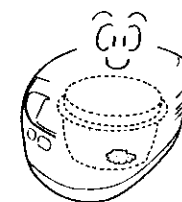
## 上手に炊き分け

「硬」……しっかりとかみごたえのあるごはんを炊くとき。
メニュー例(銘柄米、カレー、お茶漬、チャーハン)
「軟」……ふっくらとやわらかめのごはんを炊くとき。
メニュー例(胚芽米，麦ごはん，古米)

## 炊きあがったらすぐほぐす

おいしいごはんに炊きあげる最後の仕上げです。底のほうからごはんをつぶさないように、大きく掘りおこすようにほぐします。余分な水蒸気が逃げ、おいしいごはんになります。炊きあがった後、そのまま保温する場合でも必ずほぐしてください。

### なぜおこげができるの?

炊きあがったごはんの余分な水分をとり、香ばしさと風味を生み出すためです。おこげが気になる方は、洗米のとき十分にお米を洗い、米ヌカをよく落としてから炊いてください。また白米以外のごはんや輸入米を炊くとおこげができやすくなります。

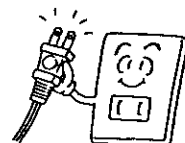
## おいしく保温

少量のごはんや内がま側面についたごはんは乾燥しやすくなりますので、内がまの中央に盛るようにしてください。長時間ごはんを保温すると、ごはんが乾燥して黄変し、風味が損なわれます。

### おいしく保温するために次のことにご注意ください

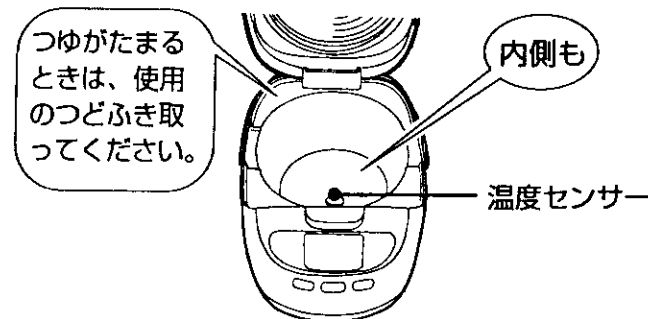
●白米だけ保温しましょう。
●24時間を超える保温はやめましょう。
●冷えたごはんの温め直し、ごはんのつぎたしも風味を損ないます。
●しゃもじを入れたままの保温はやめましょう。
●内がまの縁にごはん粒をつけたまま保温するとごはんが乾燥しやすくなります。
●輸入米(ブレンド米も含む)は、時間がたつとパサついたりにおいがきつくなります。お早めにお召し上がりください。
●ごはんを入れたままプラグを抜くのはやめましょう。

# お手入れ

**お手入れするときは**

プラグを抜き、本体が冷めてからおこなう。

食器用洗剤をお使いください。
ベンジン、シンナー、みがき粉、たわし類は使わない。
（表面を傷つける原因）

## 本体・ふた

固く絞ったふきんでふく。
水加減の多いときや米の種類などによりおねば（炊飯時に出るのり状のもの）がつく場合がありますので、ぬれぶきんでふきとってください。
遠赤外線処理をほどこしています。汚れたままお使いになると汚れが落ちにくくなります。

温度センサーにこびりつきができたら、細かい紙ヤスリ（600番程度）に水をつけてこすり落とし、固く絞ったふきんでふきます。

〈お願い〉
ふたパッキンにごはん粒やおねばがついたまま保温しますと、ごはんが乾燥することがありますので取り除いてください。

## 内がま

内側はスポンジなどのやわらかいもので洗う。
外側は洗って水気をふきとる。
さびなどがでたら、ナイロンたわしでこすり落とす。

〈お願い〉
変形するとおいしく炊けなくなることがあります。
取り扱いはていねいに。

**フッ素被膜をいためないために**

- 付属のしゃもじを使う。
- スプーンや茶わんなどを入れて洗わない。
- 酢は使わない。
- 内がまの内側は、みがき粉やたわし類で洗わない。

使っているうちに、多少色むらがあらわれることがありますが、ごはんの炊きあがりや衛生面には影響ありませんのでそのままお使いください。

## しゃもじ・しゃもじ立て

食器用洗剤を使い、スポンジなどのやわらかいもので洗う。使用のたびお手入れを。

## 調圧蒸気キャップ

ふたから取りはずして、食器用洗剤を使いスポンジなどのやわらかいもので洗った後、水で洗い流す。

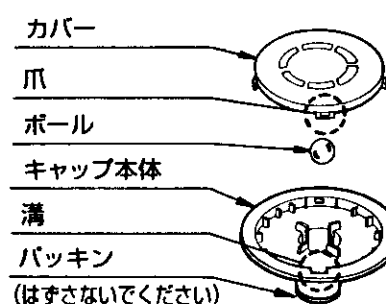
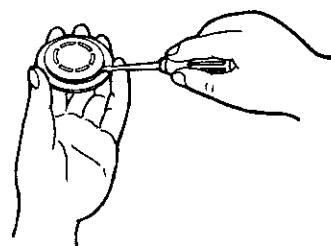
〈お願い〉
漂白剤は使わないでください。

**調圧蒸気キャップの着脱**

- 上方に引き上げふたから取りはずす。
- 取り付けは、調圧蒸気キャップの中央部を押さえて確実に奥まで差し込む。

調圧蒸気キャップ内部の汚れがひどくなったときは、下記の方法で分解し、内部を洗ってください。

①溝にマイナスドライバー等先の細いものを差し込み、中に入っているボールを落とさないようにカバーをはずす。

カバー
爪
ボール
キャップ本体
溝
パッキン
(はずさないでください)

②洗い終わった後は、カバーの爪とキャップ本体の溝の位置を合わせて、カチッと音がするまで押し込む。

〈ご注意〉
ボールをなくさないでください。



# こんなときは

| お調べいただくこと ＼ 参照ページ | 内がまが本体に入っていない。 | お米の量・水加減をまちがえた。 | 十分洗米しなかった。 | 内がまの底が変形していたり、温度センサーに異物がついている。 | 炊き分けをまちがえた。 | ごはんの量が多いのに、白米少量モードで炊いた。 | 炊飯中にふたを開けた。 | 停電があった。 | 延長コードの使用、たこ足配線をした。 | ごはんをほぐさなかった。 | 冷えたごはん、白米以外のごはんを24時間以上保温した。 | 調圧蒸気キャップをつけ忘れた。 | 内がまの縁にごはん粒などがついている。 | 内がま、ふた内側をきれいにお手入れしなかった。 | 保温中、プラグを抜いたり、「切/保温」キーを押した。 | 2時間以上の予約をしてごはんを炊いた。 | 最少炊飯量を標準モードで炊いた。 | 最少炊飯量を快速炊飯で炊いた。 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 9·10 | 8·19 | 8·19 | 20 | 13·15·19 | 14 | — | 21 | — | 9·19 | 19 | 8 | 19 | 20 | 9 | 10 | 8·14 | 14·16 |
| キー操作できない | ● | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ごはんが かたすぎる・やわらかすぎる・炊きむらになる | | ● | | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | | | | | | | | ● |
| ごはんが しんが残る(生煮えになる) | | ● | | ● | ● | ● | ● | ● | ● | | | | | | | | | |
| ごはんが におう | | | ● | | | | | | | | | | | ● | | | | |
| おこげがキツネ色以上になる | | | ● | ● | | ● | | | ● | | | | | | | | ● | ● |
| ふきこぼれる | | ● | ● | ● | ● | | ● | ● | | | | ● | ● | | | | | ● |
| 保温中ごはんが におう | | | ● | | | | | | | | ● | | | ● | ● | ● | | |
| 保温中ごはんが 黄変する | | | ● | ● | | | | | | ● | ● | ● | ● | | | | | |
| 保温中ごはんが かたくなる | | ● | | | | | | | | ● | ● | ● | ● | | ● | | | |
| 多量につゆがたれる | | | | | | | | ● | | ● | | | | | ● | | | |
| ふたを閉める操作が重い | | | | | | | | | | | | | ● | | | | | |

| | |
|---|---|
| 時計表示が - : - - になった（プラグをコンセントに差し込んでいるとき） | 時計を合わせなおしてください。（5ページ参照）<br>予約時刻も合わせなおしてください。（10·11ページ参照） |
| 炊飯するときにおいがする | お求め後、最初に炊飯するときはにおいがする場合があります。ご使用とともになくなりますのでそのままお使いください。 |
| 使用中停電になったとき | 停電前の動作により、再通電後の動作が異なります。（下表） |
| 他の器具で炊いたごはんを保温したいとき | プラグを差し込み (切/保温) キーを押す。約30分本体を温めてから、ごはんを入れてください。 |
| 内がまが変形·腐食したとき | お求めになった販売店などで新しくお買い求めください。 |
| 使用中に音がする | ●「ブーン」と音がするのは、内部の熱を外へ逃がすためにファンが回っているためです。<br>●炊飯、保温時の通電中は時々「ジー」と音がすることがありますが異常ではありません。 |
| 表示部に E1…E9 を表示したとき | お求めになった販売店にご相談ください。 |

| 停電前の動作 | 再通電後の動作 | 注意 |
|---|---|---|
| 炊飯 | 炊飯を続ける | |
| 保温 | 保温を続ける | ごはんが冷えたときは保温しません。 |
| 予約 | 予約を続ける | 停電している時間が長く、炊飯を始める時刻を過ぎている場合は、すぐ炊き始めます。 |
| 浸し | 浸しを続ける | 停電している時間が長く、炊飯を始める時刻を過ぎている場合は、すぐ炊き始めます。 |

※以上の点をお調べいただき、その上でご不審の点がありましたら、お求めになった販売店などにご相談ください。

# 保証とアフターサービス（必ずお読みください）

## ■保証書（裏表紙）

保証書は、必ず「お買い上げ日・販売店名」などの記入をお確かめのうえ、販売店から受け取っていただき内容をよくお読みのあと大切に保管してください。

- 保証期間はお買い上げの日から1年です。

## ■補修用性能部品の最低保有期間

[IH]ジャー炊飯器の補修用性能部品の最低保有期間は、製造打切り後6年です。

- この期間は通商産業省の指導によるものです。
- 補修用性能部品とは、その商品の機能を維持するために必要な部品です。

## ■ご不明な点や修理に関するご相談は

修理に関するご相談並びにご不明な点は、お買い上げの販売店または最寄りの「ご相談窓口」(別添)にお問い合わせください。

## ■ご転居されるときは

ご転居により、お買い上げの販売店のアフターサービスを受けられなくなる場合は、前もって販売店にご相談ください。ご転居先での日立の家電品取扱店を紹介させていただきます。

## ■修理を依頼されるときは [持込修理]

「こんなときは」(21ページ)を調べていただき、なお異常のあるときは、運転を中止し、お買い上げの販売店に修理をご依頼ください。

### ● 保証期間中は

修理に際しましては、保証書をご提示ください。保証書の規定に従って販売店が修理させていただきます。

### ● 保証期間が過ぎているときは

修理すれば使用できる場合には、ご希望により修理させていただきます。

修理料金の仕組み

修理料金＝技術料＋部品代

| | |
|---|---|
| 技術料 | 故障した製品を正常に修復するための料金です。技術者の人件費、技術教育費、測定機器等設備費、一般管理費等が含まれています。 |
| 部品代 | 修理に使用した部品代金です。その他修理に付帯する部材等を含む場合もあります。 |

**愛情点検**

長年ご使用の[IH]ジャー炊飯器の点検を！

● [IH]ジャー炊飯器の補修用性能部品の最低保有期間は、製造打切後6年です。

| こんな症状はありませんか | | お願い |
|---|---|---|
| ●プラグやコードが異常に熱くなる。<br>●コードに傷がついていたり,ふれると通電したりしなかったりする。<br>●こげくさいにおいがする。<br>●炊飯中底部のファンが回っていない。<br>●その他の異常・故障がある。 | ▶ | 故障や事故防止のため、スイッチを切りコンセントからプラグを抜き販売店にご連絡ください。点検・修理についての費用など詳しいことは販売店にご相談ください。 |

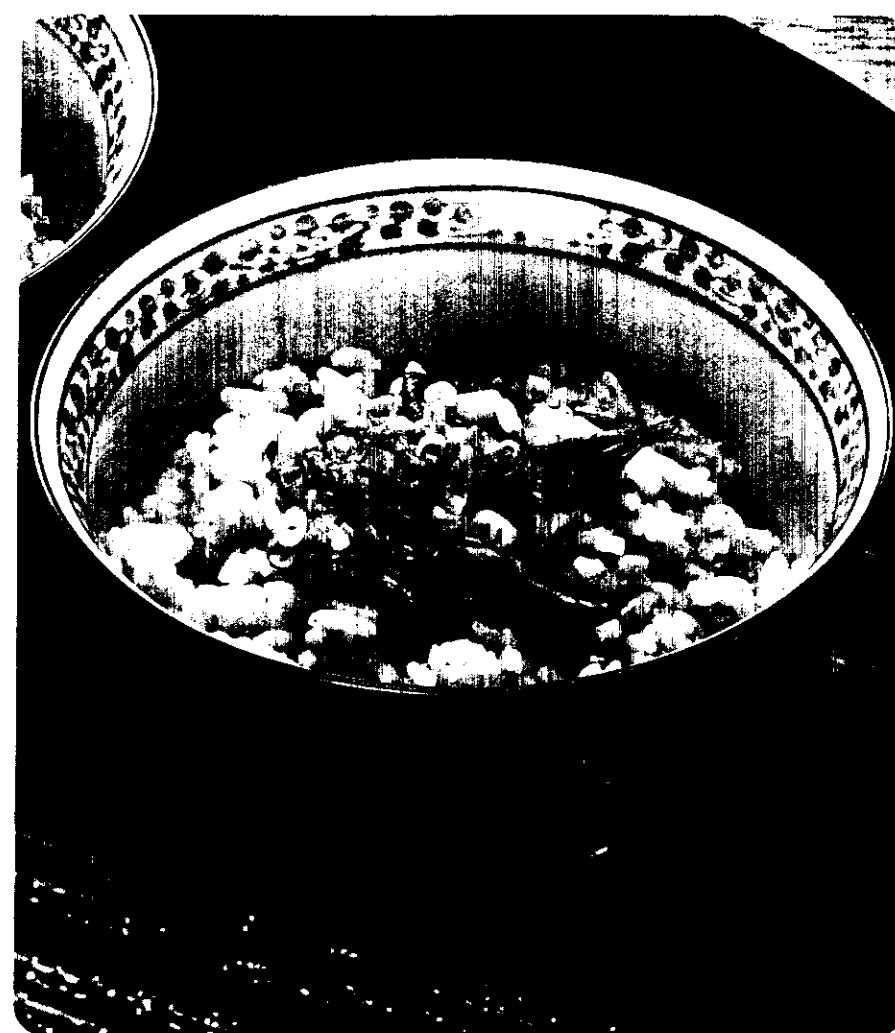
株式会社 日立ホームテック　株式会社 日立製作所

〒105 東京都港区西新橋2−15−12 電話03(3502)2111



# 料理集 白米

ごほうの香りにお肉のうまみをプラス

## 牛肉とごぼうごはん

| 炊き分け | 炊飯時間 |
|---|---|
| 白米 | 約45分 |

### 材　料（4人分）

お米……カップ3
牛薄切り肉……150g
ごぼう……70g
あさつき……適量
サラダ油……大さじ1

Ⓐ
- しょうが汁……小さじ1
- 酒……大さじ3
- 砂糖……大さじ2½
- しょうゆ……大さじ2

Ⓑ
- 酒……大さじ2
- しょうゆ……大さじ1

この料理集で使用しているカップは
お米…1カップ0.18L(1合)
その他の材料…1カップ0.2L

### 作りかた

❶お米を洗ってⒷを加えて水加減します。
❷炊き分けキーで「白米」を選び炊飯キーを押します。
❸牛肉は1センチ幅に切り、ごぼうはささがきにして水につけ、アク抜きしてザルにあげます。
❹鍋に油を熱してごぼうをいため、しんなりしてきたら牛肉を入れてさっといため、Ⓐを加えて煮つめます。
❺ごはんが炊けたら❹を加え、軽く混ぜて器に盛り、小口切りにしたあさつきを散らします。

あつあつがおいしい

## きのこのドリア

| 炊き分け | 炊飯時間 |
|---|---|
| (白米)軟 | 約55分 |

### 材　料（4人分）

お米 ………… カップ2
しめじ ……… 2パック
えのき ……………… 1束
玉ねぎ ………… 中½個
ベーコン ………… 4枚
Ⓐ[バター … 大さじ1
　 塩 ……… 小さじ1
バター ………………… 大さじ1
塩・こしょう ………… 各少々
ホワイトソース
　[バター・小麦粉 … 各大さじ4
　 牛乳 ……………… カップ4
　 塩・こしょう …… 各少々
溶けるチーズ、パセリ
　（みじん切り）…… 各少々

### 作りかた

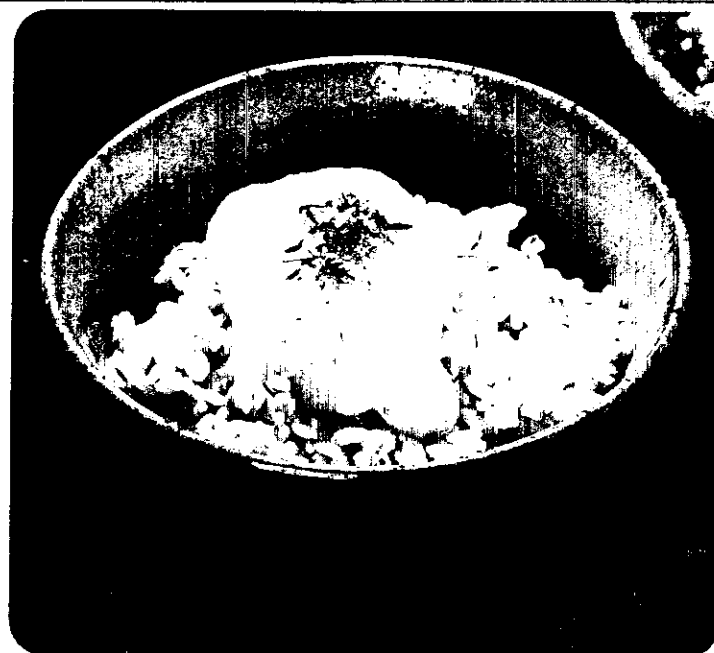
❶お米を洗って「白米」の水位目盛り3に水加減しⒶを入れます。
❷炊き分けを「(白米)軟」にして炊飯キーを押します。
残りごはんを利用する場合は
フライパンにバターを溶かし、ごはんをいためて塩、こしょうをします。
❸しめじ、えのきは石づきをとり、しめじは手で細かくさき、えのきは半分に切ります。玉ねぎはみじん切り、ベーコンは1センチ幅に切ります。
❹フライパンにバターを溶かし③をいため、塩、こしょうをします。
❺ホワイトソースは鍋に小麦粉を入れ、牛乳を少しずつ加えてよく混ぜます。次にバターを加えて弱火にかけ、とろみがつくまで混ぜ、塩、こしょうをします。
❻グラタン皿にバター(分量外)を塗り、ごはんを入れて④をのせ、⑤をかけます。溶けるチーズをのせオーブンで焦げ色がつくまで約8分間焼きます。焼きあがったらパセリのみじん切りをかけます。

素朴なあじわい

## 麦とろごはん

| 炊き分け | 炊飯時間 |
|---|---|
| (白米)軟 | 約55分 |

### 材　料（4人分）

お米 ……………… カップ2
押麦 ……………… カップ1
山芋 ……………… 250g
Ⓐ[だし汁 ……… カップ½
　 しょうゆ ……… 大さじ1
　 みりん ……… 小さじ1
青のり ……………… 少々

### 作りかた

❶お米と押麦を混ぜて軽く洗います。
❷「白米」の水位目盛り3よりやや多め(+30ml)に水加減し、約1時間浸します。
❸炊き分けを「(白米)軟」にして炊飯キーを押します。
❹Ⓐを合わせます。
❺山芋は酢水につけながら皮をむき、おろしがねでおろし、すり鉢でよくすり、Ⓐを少しずつ加えてのばします。(Ⓐの量は好みで加減してください。)
❻器に麦ごはんを盛り、⑤のとろろ汁をかけ、青のりを散らします。





おすしの基本

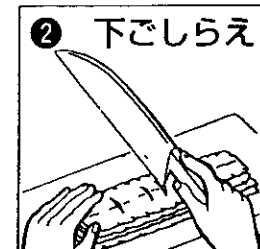
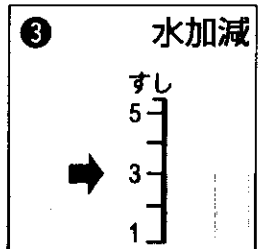
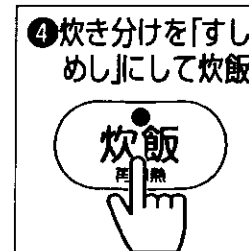
## すしめし

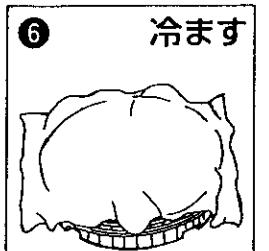
| 炊き分け | 炊飯時間 |
|---|---|
| すしめし | 約54分 |

### 材　料（4人分）

お米 …………… カップ3
昆布 …………… 15センチ
合わせ酢
ⓐ[酢 ………… 大さじ5
　 砂糖 ……… 大さじ1
　 塩 ………… 小さじ1
ⓑ[酢 ………… 大さじ5
　 砂糖 ……… 大さじ2
　 塩 ………… 小さじ1

**ワンポイント**
合わせ酢は好みにより調節してください。魚介類を使ったおすしは甘さをおさえてⓐ、ちらしずし、いなりずしは甘めのⓑ。

❶ 洗米
お米をよく洗いザルに上げて水気をきります。

❷ 下ごしらえ
昆布はふきんでふいて汚れを取り、切り込みを4〜5箇所入れておきます。

❸ 水加減
内がまに①を入れ、「すし」の水位目盛り3に水加減し、②の昆布をのせます。

❹炊き分けを「すしめし」にして炊飯
炊き分けキー「すしめし」を選び炊飯キーを押します。

❺ 酢をかける
ごはんが炊けたら昆布を取り出し、飯台にごはんを移し、合わせ酢を全体にかけて切るように混ぜます。

❻ 冷ます
混ぜて1分ほどしたらうちわであおぎ人肌程度に冷ましぬれぶきんをかけておきます。

パーティメニューに

## 手まりずし

### 材　料（4人分）

まぐろ、いか、白身魚 … 各80g
スモークサーモン ……… 3枚
木の芽、わさび ……… 各適量

### 作りかた

❶すしめしⓐを作ります。
❷まぐろ、いか、白身魚は薄くそぎ切りにします。
❸スモークサーモンは1枚を2等分にします。
❹ラップにねたをおき、わさびを適量つけてすしめしをのせ、丸く形を整えます。

ちょっと豪華に

# 五目ちらし

### 材　料（4人分）

干ししいたけ……8枚
にんじん……30g
干ぴょう……30g
Ⓐ［だし汁カップ2、砂糖大さじ6、しょうゆ大さじ4、みりん大さじ3、塩少々
れんこん……80g
Ⓑ［だし汁、酢各大さじ2、砂糖大さじ1、塩少々
きんし卵……1個分
えび10尾、木の芽10枚、ごま大さじ2、桜でんぶ、紅しょうが各少々

### 作りかた

❶すしめしⓑを作ります。（19ページ）
❷水でもどして石づきをとった干ししいたけ、にんじんはせん切りにします。干ぴょうは塩もみして洗い、やわらかくゆでてから1センチに切ります。
❸②をⒶで汁がなくなるまで煮つめます。
❹れんこんは薄切りにして酢水につけてアクを抜き、軽く熱湯に通してⒷにつけておきます。
❺えびは背わたをとり、からをむいてゆでます。
❻①に③とごまを混ぜ合わせ、器に盛って④、⑤、桜でんぶ、きんし卵、紅しょうが、木の芽を飾りつけます。

サラダ感覚でどうぞ

# ライスサラダ

| 炊き分け | 炊飯時間 |
|---|---|
| すしめし | 約52分 |

### 材　料（4人分）

お米……カップ2
ニンニク……½個
オリーブ油……大さじ4
Ⓐ［酢……大さじ2
　塩……小さじ1
　イタリアンシーズニング……適量
えび……16尾
きゅうり……1本
ピーマン……1個
パセリ……適量
スイートコーン（缶詰）……小1缶
プチトマト……8個
サラダ菜……適量

### 作りかた

❶米は洗って「すしめし」の水位目盛り2に水加減し、炊き分けキーで「すしめし」を選び炊飯キーを押します。輸入米（インディカ米）を使用の場合は水加減だけ「白米」の水位目盛り2にしてください。
❷ニンニクは薄くスライスし、オリーブ油で弱火でじっくりいため、きつね色にカリカリにして取り出します。
❸②のオリーブ油を冷まし、Ⓐと合わせてドレッシングを作ります。
❹えびはゆでて皮をむき、きゅうりは5ミリ厚さの輪切り、ピーマンは大きめのみじん切り、パセリもみじん切りにしておきます。スイートコーンは缶汁をきっておきます。
❺ごはんが炊きあがったらボールにとり、③とピーマンをあえて冷まします。
❻⑤に④を混ぜて、プチトマトとサラダ菜で飾り、上から②のニンニクをかけます。
※イタリアンシーズニング：オレガノ、マージョラム、タイム、バジル、セージ、ローズマリーの乾燥ハーブをブレンドしたもの。





わが家の人気ナンバーワン

# 五目炊込みごはん

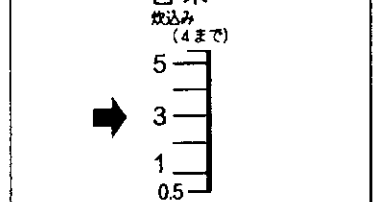
| 炊き分け | 炊飯時間 |
|---|---|
| 白米 | 約55分 |

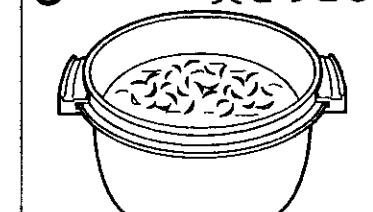
### 材　料（4人分）

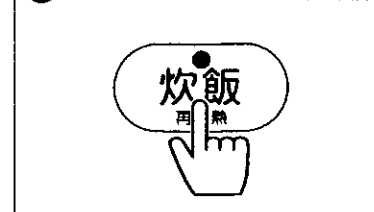
お米……カップ3
鶏もも肉……100g
絹さや……少々
にんじん……⅓本（約60g）
糸こんにゃく……60g
油揚げ（油抜き）……1枚
干ししいたけ……中3枚
Ⓐ［干ししいたけのもどし汁……カップ1弱
　酒……大さじ3
　塩……小さじ1
　砂糖……大さじ1
　しょうゆ……大さじ1

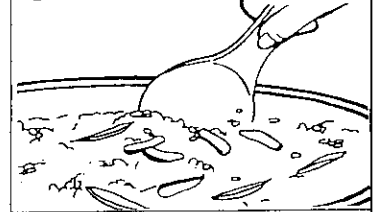
**❶ 材料の下ごしらえ**

干ししいたけは水でもどしてせん切り。
もも肉、にんじん、油揚げもせん切り。
糸こんにゃくは2～3センチの長さに切ります。

**❷ 水加減**

洗ったお米を内がまに入れⒶと水で「炊込み」の水位目盛り3に水加減します。

**❸ 具をのせる**

具をお米の上にのせます。具はかき混ぜないでください。

**❹ 炊飯**

炊き分けキーで「白米」を選び炊飯キーを押します。

**❺ ほぐす**

炊きあがったらごはんをほぐし、器に盛って塩ゆでして細く切った絹さやを散らします。

**ワンポイント**

●具の量はお米の重量の30～50%が適当です。（お米1カップ分につき具の量は45～76g）
●とろみの強い調味料や塩分の濃い調味料を使うと炊飯が早めに終わりごはんが炊けません。
●お米と具を混ぜて炊くとうまく炊けないことがあります。
●水加減は調味料と水で内がまの水位目盛りに合わせてください。
栗、豆など水分を吸う具のときは少し多めに水加減します。
●白米よりお焦げが強くなります。
●においや変質のもとになるので、保温はしないでください。

海の香りがいっぱいの

# 洋風ほたてごはん

| 炊き分け | 炊飯時間 |
|---|---|
| 白米 | 約45分 |

**材　料（4人分）**

お米 …………………… カップ3
ほたて貝柱水煮缶(180g) ……… 1缶
固形スープの素 ……………… 1個
Ⓐ［白ワイン ……………… 大さじ2
　　塩 …………………… 小さじ1
　　ほたて缶の缶汁
香草(パセリ、セルフィーユ等) ……… 少々

**作りかた**

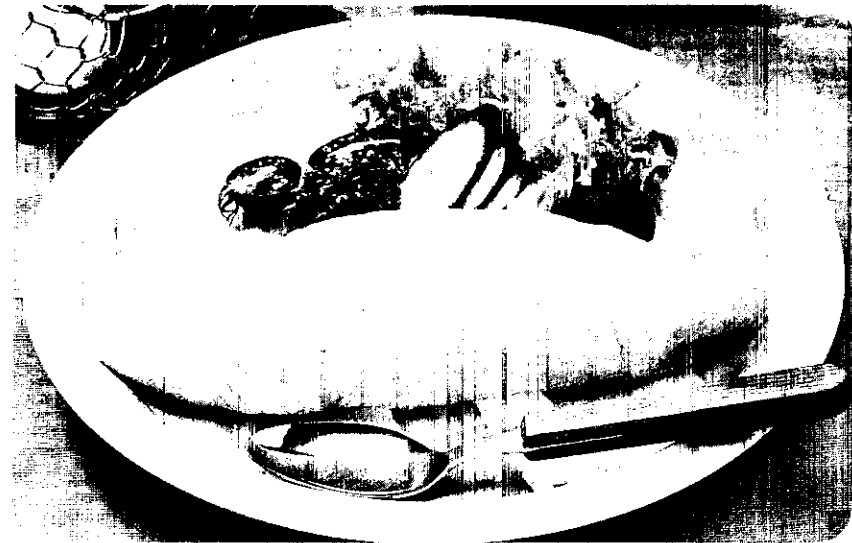
❶お米を洗って水気を切ります。
❷ほたて缶を身と缶汁に分けます。
❸お米を内がまに入れ、Ⓐと水で「炊込み」の水位目盛り3に水加減し、炊飯キーを押します。
❹ほたての身は粗くほぐしておきます。
❺炊きあがったごはんに④を混ぜ、香草を散らします。

ボリュームたっぷり

# オムライス

| 炊き分け | 炊飯時間 |
|---|---|
| (白米)硬 | 約55分 |

**材　料（4人分）**

お米 …………………… カップ3
玉ねぎ …………………… ½個
鶏むね肉 ………………… 150g
バター …………………… 大さじ½
塩、こしょう …………… 少々
Ⓐ［固形スープの素（砕く） …… 1個
　　塩 …………………… 小さじ1
　　ケチャップ ………… 大さじ2
卵 ………………………… 8個
塩 ………………………… 少々
サラダ油 ………………… 少々
ケチャップ ……………… 少々

**作りかた**

オムライス用チキンライスを作ります。
❶玉ねぎはみじん切り、鶏肉は1センチ角に切ります。
❷フライパンにバターを溶かし、玉ねぎ、鶏肉をいため、軽く塩、こしょうをして冷ましておきます。
❸お米を洗って「白米」の水位目盛り3に水加減し、Ⓐを入れ、軽く混ぜ合わせます。
❹③に冷ました②をのせ、炊き分けキーで「(白米)硬」を選び、炊飯キーを押します。

オムライスを作ります（1人分ずつ作ってください）
❶炊きあがったチキンライスを4等分にして、それぞれをだ円状にまとめておきます。
❷卵2個を割りほぐし、塩少々を加え混ぜます。
❸うすくサラダ油をひいてよく熱したフライパンに②を流し入れて広げます。
❹卵の下の方が固まって、表面がまだ生っぽい状態になったら、ぬれぶきんを広げた上に卵をフライパンからすべらせておろし、チキンライスをのせて包み、ぬれぶきんの上から形を整えます。
❺皿に盛り、ケチャップを少々かけます。
★チキンライスは、残りごはんを利用して作ってもかまいません。その場合は、上記のチキンライス用の材料をごはんといため合わせてください。



おこわ

お祝いの日のごちそう

# 赤飯

| 炊き分け | 炊飯時間 |
|---|---|
| (白米)硬 | 約46分 |

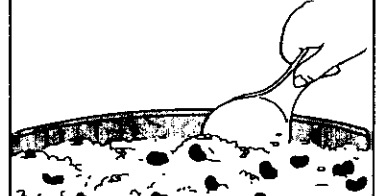
**材　料（4人分）**

お米 …………………… カップ½
もち米 ………………… カップ2½
あずき ………………… 50g
(塩 …………………… 小さじ½)

**❶ 材料の下ごしらえ**
お米ともち米は1時間くらい前に洗い、ザルにあげて水きりします。
あずきは一度ゆでこぼし、新しい水で硬めにゆで、あずきとゆで汁を分けて冷まします。

**❷ 水加減**
おこわ
➡ 4
　 2
内がまに水きりしたお米、もち米を入れ、ゆで汁と水で「おこわ」の水位目盛り3に水加減し(塩を入れてかき混ぜ)ます。

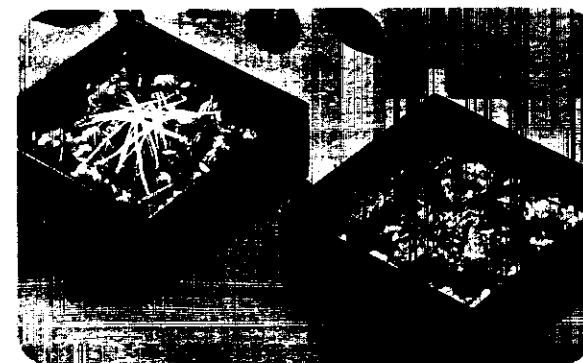
**❸ あずきを入れる**
あずきをお米の上にのせます。かき混ぜないでください。

**❹ 炊飯**
炊き分けキーで「(白米)硬」を選び、炊飯キーを押します。

**❺ ほぐす**
ごはんが炊けたら軽くほぐし、あずきを混ぜます。

**ワンポイント**
●あずきは皮が破れないように弱火で20～30分硬めにゆでてください。
●水加減したあとはすぐ炊いてください。時間がたつとあずきが水を吸って、うまく炊けないことがあります。

さめても固くならない

# 中華風おこわ/山菜おこわ

| 炊き分け | 炊飯時間 |
|---|---|
| (白米)硬 | 約50分 |

**材料（4人分）［中華風おこわ］**

お米 ……………… カップ1
もち米 …………… カップ2
豚薄切り肉 ……… 75g
干ししいたけ …… 3枚
にんじん ………… 50g
長ねぎ …………… ½本
いり白ごま …… 大さじ2
サラダ油 ……… 大さじ1
スープの素 …… 1個
Ⓐ［酒 ………… 大さじ2
　　しょうゆ …… 大さじ1

**材料（4人分）［山菜おこわ］**

お米 ……………… カップ1
もち米 …………… カップ2
山菜ミックス（水煮） ……… 200g
油揚げ …………… 1枚
Ⓐ［酒 ………… 大さじ2
　　しょうゆ …… 大さじ1
　　塩 ………… 小さじ½
　　砂糖 ……… 大さじ1
白ごま …………… 少々

**作りかた［中華風おこわ］**

❶お米、もち米は炊く1時間くらい前に洗い、ザルにあげて水きりします。
❷豚肉、水でもどした干ししいたけ、にんじんをせん切りにします。中華鍋に油を熱して具をいためます。
❸内がまに①を入れ、干ししいたけのもどし汁とⒶと水で「おこわ」の水位目盛り3に水加減します。
❹砕いたスープの素を加えてかき混ぜ②をのせます。
❺炊き分けキーで「(白米)硬」を選び、炊飯キーを押します。
❻ごはんが炊けたらねぎのみじん切り、白ごまを入れてほぐします。

**作りかた［山菜おこわ］**

❶お米ともち米は一緒にして洗ってザルに上げておきます。
❷油揚げは熱湯で油抜きし、たんざくに切っておきます。山菜は水気をきっておきます。
❸内がまにお米とⒶを入れ、「おこわ」の水位目盛り3に水加減します。
❹③の上に②を散らして、ふたをし炊き分けキーで「(白米)硬」を選び、炊飯キーを押します。
❺炊きあがったら器に盛り、白ごまをふりかけます。

鶏肉が入ってもさっぱりした

# 中華風鶏がゆ

| 炊き分け | 炊飯時間 |
|---|---|
| おかゆ | 約70分 |

材料(4人分)

お米 ……………………カップ1
鶏むね肉(皮なし) …………50g
固形スープの素 ……………1個
長ねぎ、いり白ごま ……各少々
Ⓐ［長ねぎの葉 …………少々
　 しょうがの皮 …………少々
Ⓑ［酒……………………大さじ1
　 しょうゆ……………小さじ1
塩 ……………………小さじ½

作りかた

❶なべに鶏肉を入れ、水カップ3とⒶを加えて火にかけ、鶏肉に火が通ったらゆで汁をこして別容器にとり、鶏肉は手で細かくさき、Ⓑをふりかけて下味をつけます。
❷洗ったお米を①のゆで汁と水で「全がゆ」の水位目盛り1より100ml多めに水加減し、塩とスープの素を加えて混ぜます。
❸炊き分けを「おかゆ」にし、炊飯キーを押します。
❹炊きあがったら①の鶏肉を入れて混ぜ、器に盛ってしらがねぎ、白ごまをのせます。

色どりのきれいな

# トマトスープリゾット

| 炊き分け | 炊飯時間 |
|---|---|
| おかゆ | 約70分 |

材料(4人分)

お米……………………カップ1
トマト…………………………2個
玉ねぎ…………………………1個
しめじ……………………1パック
バター…………………大さじ3
砂糖……………………小さじ1
塩………………………小さじ1
こしょう ……………………適量
固形スープの素 …………1½個
バジル(乾燥)………………少々
パセリのみじん切り ………少々

作りかた

❶トマト、玉ねぎはみじん切り、しめじは石づきをとって小房に分けます。
❷なべにバターを溶かし、①の材料をよく炒め、砂糖、塩、こしょうで軽く味をつけて冷ましておきます。
❸お米を洗って、「五分がゆ」の水位目盛り1に水加減します。
❹③に固形スープの素を砕いて入れ、軽く混ぜたらよく冷ました②を上にのせ乾燥バジルをふり入れます。
❺炊き分けを「おかゆ」にして炊飯キーを押します。
❻炊きあがったら、器に盛りパセリのみじん切りを散らします。





栄養満点

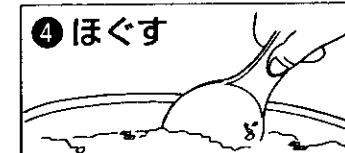
# 玄米

| 炊き分け | 炊飯時間 |
|---|---|
| 玄米 | 約80分 |

材料(4人分)
玄米 ……………… カップ3

❶ 洗米
もみがらなどをとり除きながら、たっぷりの水で4～5回よく洗います。

❷ 水加減
「玄米」の水位目盛り3に水加減し、約2時間浸しておきます。

❸ 炊き分けを玄米にして炊飯
炊き分けを「玄米」に合わせ炊飯キーを押します。

❹ ほぐす
炊きあがったら玄米をほぐします。

ワンポイント
●炊く2時間くらい前に洗米し、水加減して浸しておいてください。
●炊込みのときは固い材料と合わせてください。大豆、黒豆、あずきなどの豆類、うりめんじゃこ、栗、根菜類など比較的固いものと炊込むと玄米とのバランスがとれ、おいしく食べられます。

干しえびの香りがひろがる

# 玄米の炊込みごはん

| 炊き分け | 炊飯時間 |
|---|---|
| 玄米 | 約85分 |

材料(4人分)

玄米……………………カップ3
干ししいたけ ………………3枚
ごぼう …………………………70g
ゆでたけのこ …………………60g
にんじん…………………………50g
油揚げ(油抜き) ………………2枚
干しえび …………………………30g
A［酒……………………大さじ2
　 しょうゆ……………大さじ2

作りかた

❶干ししいたけはカップ2の水でもどしてせん切りに、ごぼうはささがきにして水でアク抜きします。たけのこは幅3センチの薄切りに、油抜きした油揚げは長さ3センチのせん切りに、にんじんは少し太めのせん切りにします。
❷①にAをふり、約30分おいて下味をつけます。
❸洗った玄米を①のしいたけのもどし汁と水で、「玄米」の水位目盛り3より180ml多めに水加減し、2時間浸しておきます。
❹③に②の具、干しえびをのせ炊き分けを「玄米」にして、炊飯キーを押します。
❺炊きあがったらごはんをほぐし、器に盛ります。